# でばり通信 vol.16

患者様と佐藤病院をつなぐ
コミュニケーションメディア

産科婦人科舘出張佐藤病院
総務部：大河原・木内・小板橋・福田
http://www.sato-hospital.gr.jp
ブログ http://blog.livedoor.jp/debari/
E-mail:renkei@sato-hospital.gr.jp
2009年5月30日発行

日本医療機能評価機構

## 分娩数制限はじまる！　～その背景と今後の佐藤病院～

写真左：佐藤雄一副院長
右：佐藤仁院長

今年３月、佐藤病院は大きな変革をむかえました。全国では決してめずらしくない「分娩数制限」をこの時期に導入することになった経緯と今後の方針について、院長・副院長に聞いてみました。

**★まず分娩数制限に至った経緯を教えてください**

副院長：分娩数制限といっても、分娩の数を減らすという制限ではなく、しっかり分娩予約をとり毎月の分娩予約数を当院の許容量に見合った数に制限させていただく、というものです。昨年の分娩数くらいは、今後も継続して受け入れていく態勢でおりますので「産む場所がない！」とパニックにならなくても大丈夫です。実は、昨年の分娩総数が 1833 人で、前年より約 100 人増えました。このまま増え続けると、施設面でも人的パワーの面でも受け入れが難しくなると考えています。医療の質を考えると、これ以上は NG かなと。お産難民を生むことは不本意なので、市内の分娩取扱施設の先生に相談したところ「うちはまだ余裕があるから大丈夫だよ」というお返事をいただけたので、決断しました。

院　長：当院では今まで、希望される患者様は全員受け入れてまいりましたが、いよいよその態勢の限界に達してしまったというのが実情です。何よりも患者様の安全で快適な分娩を優先させるために、今回の分娩数制限に踏み切ることになりました。

**★では、佐藤病院での許容量はどれくらいなのでしょうか？**

院　長：施設面では、平成 16 年に分娩数 1800 人を想定しそれに対応すべく、それまでの LDR（分娩の部屋）を 3 室から 5 室に増改築しましたが、昨年その 1800 人も超えてしまいました。スタッフ皆の協力で 1833 件の分娩を無事取り扱う事ができましたが、限界を超えてしまうと医療事故につながりかねません。分娩に関しては今のところ、この「年間 1800 件」が限度と考えています。月 150 件平均となりますが、分娩は必ずしも予定日通りにはいきませんので、多少の前後はあるものとして予約を受け付けています。

**★それでは、佐藤病院の今後の具体的な対策を教えてください**

院　長：施設についてはすぐに大きな改築はできませんが、セミオープン連携の先生方にご協力をいただき業務の効率化や、人手の補充を考えています。

副院長：外来業務を少し縮小し、現在日によって 1 ～ 2 名態勢の分娩担当医師を常時 2 名以上確保し、患者様の安全で快適な出産を支援していく予定です。通常の妊婦健診は連携医で、妊娠期間中 1 ～ 2 回の精密検査と分娩は当院でというセミオープンシステムを、今まで以上に多くの患者様にご利用いただくようお勧めしています。またセミオープン専用の分娩予約枠を設け、最優先で分娩を受け付けるようにしています。また人的パワーの面では、医師数は平成 21 年 4 月現在、常勤医師 5 名・非常勤医師（産婦人科）12 名、助産師 25 名おりますが、その業務内容や勤務体系を考えると充足しているとはいえない状況です。そこでまず医師や医療スタッフの労働環境の改善に着手しています。お昼休みをきちんと取れるとか当直明け勤務を見直すなど、過重労働を改善していくことで「働きやすい病院」を目指します。また結婚出産で現場から離れている女性医師の活用も考えています。勤務時間の考慮や託児室の利用で働きやすい環境を提供したいですね。助産師については、昨年度、高崎市医師会立高崎助産師学院が設立され助産師の養成が始まりました。この春 1 期生が卒業し当院にも助産師が増えました。今年度も看護師が通っていますので増員が望めると考えています。

**★3 月から分娩数制限を取り入れ、実際の患者様の動きに変化はありましたか？**

副院長：里帰り出産をされる方が非常に早い時期に分娩予約をされるようになりましたね。首都圏や都市部では、産む場所を探すのが大変な地区もありますし、分娩制限している施設も多く、早期の分娩予約という考えが定着しているのでしょう。また今回の分娩数制限は新聞でも報道されましたので、親御さんたちがあわてて分娩予約をされるケースもありました。里帰り出産される方が早くにわかっていると、分娩予約数の把握と里帰りまでに一度受診をお願いできるので、良かったと思いますね。

**★この分娩数制限で今後患者様に留意して欲しい点がありますか？**

院　長：はい。今年 10 月以降出産予定の方から、分娩予約の患者様には「分娩予約金」として 80,000 円を妊娠 20 週頃までにお振込みいただくようにお願いしています。今までは相談コーナーでの予約だけでしたが、予約したまま転院や里帰りされる方も多く、分娩予約の正確な把握ができていませんでした。また、里帰り出産に対する分娩予約制度がきちんとできていないこともあり、妊娠 36 週頃に初診で受診される方も少なくなく、受け入れにあわててしまうことがありました。10 月からは、①相談コーナーでの分娩予約と②分娩予約金の振込み確認の２つで分娩予約確定とさせていただくことにいたしました。この分娩予約金は分娩費用に充当させていただきます。転院や母体搬送などの理由で当院で分娩にならなかった場合には、事務手数料 3,150 円を差し引かせていただいた残りを返金させていただきます。

副院長：詳しくは佐藤病院ホームページ http://www.sato-hospital.gr.jp/ の「分娩予約について」をご覧いただきたいと思います。月々の分娩予約状況も随時更新していますので、参考にしていただければと思います。予約がいっぱいになったところには × が表示されていますが、当院で既に分娩経験のある方は、お電話でご相談ください。

院　長：何度も言うようですが、お産難民を生むことはまったくの不本意です。地域の分娩取扱施設にまだまだ頑張っていただいている今、今後起こりうる様々な問題に対応すべく当院の組織をしっかりさせたいと考えています。今までどおり、救急を受け入れることはもちろんのこと、今後地域での分娩取扱が難しくなってきたときには、当院が必ず皆さんを受け入れます。それが当院の使命と考えています。今回の分娩数制限で、患者様のご不安をあおってしまったり、お手数をおかけしてしまいますが、これからの産科医療を守るための一段階を考えていただき、ご協力いただければ幸いです。

ありがとうございました。すでに妊婦健診に通われている方は、分娩予約されており、今後転院や里帰り等で当院で出産されない方は、分娩予約の解除が必要なため健診時にお申し出いただきたいとのことでした。

## 【緊急】新型インフルエンザ感染予防ご協力のお願い

矢島英彦　感染対策委員

抵抗力の弱い新生児・産後のお母様・妊婦・術後の患者様を感染から守る為、来院時はマスクの着用、手指消毒をお願いいたします。また面会や外来つきそい、分娩や手術の立会いは最小限でお願いいたします。今後の流行状況により制限を強化させていただくこともあります。さらに強力なウィルスになる可能性も考慮し、引き続き人ごみを避け、マスク着用や手洗いの励行をお願いいたします。

## ウェルエイジング外来のすすめ　vol.1

ウェルエイジングコーディネーター・栄養士　小川淳子

皆さんは、厚労省から出されている「食生活指針」というものをご存知ですか？近年は生活習慣病が健康問題として大きな課題となり、その予防のために食生活がますます重要と考えられるようになりました。過剰摂取予防に観点がおかれ、日々の生活の中で「何をどれくらい食べたらよいのか？」と具体的な目標として、新たな「食生活指針」が打ち出されています。これは、私たちもわかりやすい言葉で表されており、どこかで一度は見たことがあると思います。

- ○食事を楽しみましょう
- ○１日の食事のリズムから、健やかな生活リズムを
- ○主食、主菜、副菜を基本に、食事のバランスを
- ○ごはんなどの穀類をしっかりと
- ○野菜・果物、牛乳・乳製品、豆類、魚なども組み合わせて
- ○食塩や脂肪は控えめに
- ○適正体重を知り、日々の活動に見合った食事量を
- ○食文化や地域の産物を活かし、ときには新しい料理も
- ○調理や保存を上手にして無駄や廃棄を少なく
- ○自分の食生活を見直してみましょう

などです。厚労省はこんな風に、私たちに食事の重要性を打ち出し、生活習慣と食事の関係も大切だと謳っています。是非実践してみてください。

では皆さんの食生活の実際は？外食やコンビニ、どこに居ても食事ができる私たちですが、カロリーはしっかり摂れていても栄養の面ではどうでしょう？また、食品の栄養素も減ってきていると言われています。貧しい土壌で育った野菜、流通過程や保存状態、加工・調理などで栄養素の含有量は失われてしまいます。食事だけでは、自分の思った栄養素を充分摂る事ができないのが現状ですね。

例えば･･･体のエネルギーは、各細胞内で酸素が食物から摂取した栄養素を燃焼させることで作り出されます。この燃焼させる仕組みを、円滑に効率よく回転させるために必要な補酵素が CoQ10 です。耳慣れた CoQ10 は生合成（生体内で合成されること）と体外からの補給（食事など）で作られます。しかし残念ながら加齢とともに CoQ10 を生産する力は衰えてくることがわかっています（特に 40 才ころから減少が進むと考えられています！）。では、推奨されている 1 日 30 ～ 60mg の CoQ10 を食品から摂取する場合、何をどれくらい食べればよいのでしょうか？いわし 6 匹、牛肉 950ｇ、納豆 25 パック、ブロッコリー 200 房･･･。毎日食べたら、別の病気になりそうですね！

そこで上手に使っていただきたいのがサプリメントです。「健康だからサプリメントは必要ない」という方がいますが、サプリメントは薬ではないので、病気になったから摂るというものではありません。「健康であり続けるための栄養補助食品」なのです。ご自分の良い所は維持し､不足している所を補う､そして食事だけでは補いきれないものに、サプリメントという食品をプラスすると考えると良いでしょう。

では、どんなサプリメントが良いのでしょうか？ドラッグストアやコンビニ・通販と様々なものがそろっています。品質・含有量・手軽さで選ぶなど、自分にあった物を選び、摂取してみて下さい。また、ウェルエイジング外来でも、お一人お一人にあったサプリメントのご提案をしております。

病気にならない、病気に負けない心と身体。予防のための代替医療。私も栄養士として、ウェルエイジングコーディネーターとして、皆様のお力になれたらと思っております。

「リリッシュ」エステティシャン　菊地布美乃

初めまして！女性のみなさまがキレイになるお手伝いができればと、これからお肌や美容に関するお話などをご紹介していきます。

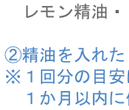
まず記念すべき 1 回目は･･･「夏のお肌ケア」！日差しがどんどん強くなってきているこの時期、みなさん紫外線対策は大丈夫でしょうか？紫外線のお肌に及ぼす影響は、シミだけではありません。お肌の水分を奪い、肌のハリを低下させ、シワの原因にもなってしまいます･･･！そうなる前に、外出するときはもちろん、家の中にいるときも、しっかり日焼け止めをつけましょう！

それでも日に焼けてしまうときってありますよね。でも大丈夫！その日の日焼けはその日のうちにケアしましょう！そこで私がおすすめするのは「シートパック」です。コラーゲン・ヒアルロン酸入っていれば尚良し。洗顔後、お肌にのせること約 10 分･･･日焼けによるほてりもおさまり、お肌がプルプルに！翌朝はしっとりモチモチになります。また夏場は冷蔵庫で冷やすとさらに気持ちいいですよ。パックを外したら、馴染ませるようにやさしくマッサージ。このとき美肌のツボも刺激してあげるといいでしょう。

私は旅行に行くときにも必ずシートパックは持っていき、お友達みんなで白い顔のオバケ状態になっています。（笑）みなさんも是非お試しください。

◎今日のポイント：日焼け後は保湿をしっかり忘れずに！

※市販のシートだけでも大丈夫！普段使っている化粧水をたっぷり浸して使います
※美肌のツボは、小鼻の脇とホホ骨の下



Pureleaf チーフアロマセラピスト　千木良理恵子

春は冬の間に体内に溜まった毒素を排出する季節です。花粉症に悩まされている方、体の中に体液が滞留することも花粉症の要因となるようです。
また新生活の疲れも加わり、体調を崩しやすい時期でもあります。体内に溜まった毒素を出し、こまめに疲労をリセットしておけば５月病も撃退できるでしょう。

さて、この季節お勧めのアロマレシピはローズマリーのバスソルトです。ローズマリーには血行促進の他、脳を活性化する作用があるため、体と脳両方の疲れをとってくれます。また、ローズマリーは引き締め作用がある事でも知られています。今回は香りの相性抜群、リフレッシュ効果の高いレモンを一緒に入れてみました。

【レシピ】
天然塩・・・150ｇ（３回分）
ローズマリー精油・・・５～６滴
レモン精油・・・３～４滴

①天然塩にローズマリーとレモンの精油を入れます。滴数はいっきに入れず、香りのバランスをみながら調整しましょう。

②精油を入れたら塩全体に精油がいきわたるようしっかり混ぜます。
※１回分の目安は 50ｇです。作成した日を忘れないよう容器にラベルを張り、１か月以内に使い切りましょう。塩は水分を含みやすいので、湿気の多い浴室での保管は避けましょう。

入浴時、浴槽に入れよく混ぜて入ります。個人差がありますが、のぼせやすい方は半身浴もしくは短時間での入浴を。
また、バスソルトを入れたお風呂のお湯は洗濯にはお勧めできません。

アロマセラピー Pure leaf
【佐藤病院関連施設】
アロマセラピートリートメントサロン「Pureleaf」は 別棟3Fです！
TEL　027-327-9503　http://www.pure-leaf.com

不妊治療・生殖医療部門
高崎ＡＲＴクリニック便り
願いを持つすべての夫婦に
かけがえのない出会いが訪れますように･･･

■診療時間
月～日曜　8:30～13:30
（水曜 8:30～12:30）
*祝日･年末年始は休診

医事部より

私たちのモットーは、いつも笑顔で応対することです。患者様の治療費のご負担を考え、不妊治療費助成制度について調べてご案内するなど、患者様の立場に立ち、患者様に寄り添った応対を心掛けています。

そのために、スタッフ全員でミーティングや勉強会を積極的に行い、患者様の質問や不安にお答えできるよう、日々努力しております。

ご質問やご不安なことがありましたら、お気軽にお声かけください。

【2008 年 1 月～ 12 月　実績】

| | |
|---|---|
| 治療周期数（体外＋顕微） | 1391 件 |
| 移植件数 | 663 件 |
| 化学的妊娠率（胚移植あたり） | 35.2% |
| 臨床的妊娠率 | 26% |
| 平均年齢 | 34.7 歳 |

医療法人　舘出張　佐藤会
高崎ARTクリニック
〒370-0831　群馬県高崎市あら町136-1
TEL　027-310-7701　FAX　027-310-7700
http://www.takasakiartclinic.jp/

佐藤病院　ウェルエイジング外来
TEL 027-322-2243
http://www.sato-wellaging.jp
■診療日時 / 月･火･木･土 13:30～16:00（予約制）
※各治療、施術は佐藤病院診療日時に準じます
■HPよりインターネット予約「ウェルエイジング外来」にご予約ください
※佐藤病院初診の方は、お電話にてご予約ください
※小さなお子様連れの患者様は外来託児室をご利用いただけます

【2009年1月～4月末】　病院実績

外来患者数　18,399人（1日平均　182人）
在院患者数　6,262人（平均在院日数　6.63日）
分娩数　609件
（内　セミオープン利用　53件　8.7%）
手術
帝王切開　88件（帝王切開率　14.5%）
（内　緊急　43件）
婦人科手術　100件
（内　内視鏡手術　34件）